REMEDES GRATUITS (par Cheikh Abdou Rahmane Inoussa)

Trouvez dans cette rubrique des remèdes naturels gratuits pour vous aider à traiter divers maux.

Si vous ne trouvez pas un remède concernant votre mal, contactez nous en précisant la maladie, et nous vous donnerons les remèdes gratuits pour la traiter.

LES ABCES

- † Appliquer sur l'abcès de temps en temps pour le faire mûrir du miel
- † Appliquer sur l'abcès de l'oignon cuit en cataplasme
- † Appliquer sur l'abcès des feuilles de chou pilées en cataplasme pour les guérir et les cicatriser
- † Appliquer en cataplasme de la purée de navet chaude mélangée à de l'huile d'olive sur l'abcès pour soulager les douleurs.

ABCES DENTAIRE

- Faire des bains de bouche avec une solution d eau chaude contenant des feuilles fraiches pilees de patate.

L'ANEMIE

- † Prendre le matin à jeun, 1 cuillerée à soupe de miel ajoutée à 2 cuillerées à soupe de jus de citron
- † Manger chaque matin de la carotte crue à jeun
- † Prendre une décoction constituée de 100 g de racine fraîche de persil pour 1 litre d'eau, puis boire cette décoction à raison de 3 verres de thé par jour pendant les repas

- † Manger 100 g de betterave rouge râpée et 150 g de carottes par jour

ANGINE

- † Effectuer des gargarismes au jus de citron pur pour les adultes
- † Faire des gargarismes à l'eau salée pour désinfecter la gorge
- † Ecraser des feuilles de chou, extraire le jus et faire des gargarismes
- † Laver et manger du gingembre cru

ASTHME

- † Bouillir dans de l'eau 2 à 3 cuillérées à soupe d'oignon haché pendant 10 minutes, puis sucrer au miel le liquide obtenu. Prendre une tasse le matin a jeun et une autre le soir
- † Prendre un demi verre de café chaud en cas de crise d'asthme
- † Jeter quelques feuilles de menthe dans 1 litre d'eau bouillante. Couvrir et laisser infuser quelques minutes. Prendre une tasse le matin et le soir (pour adultes)
- † Faire bouillir de l'huile d'habbat sawda et respirer profondément la vapeur dégagée matin et soir en y ajoutant une cuillerée d'huile de nigelle à broyer et avaler matin et soir également, avant les repas. Se masser la poitrine et le cou d'huile de habbat sawda avant de se coucher.

BLESSURES et PLAIES

- † Appliquer du jus de citron sur les plaies pour nettoyer celles-ci, le citron est un très bon antiseptique
- † Utiliser la fine pellicule qui sépare chaque couche de l'oignon comme pansement aseptique directement sur la plaie, recouvrez la d'une gaze et terminez le pansement.
- † Appliquez du miel sur la plaie (le miel est un excellent cicatrisant)
- † Piler ou écraser quelques gousses d'ail et appliquer le jus sur les plaies.

BRULURES

- † En cas de brûlures légères, râper finement une demi pomme de terre et l'appliquer sur les lésions. A conserver ainsi jusqu'à atténuation de la douleur.
- † Faire couler de l'eau froide sur la brûlure, ou appliquer des glaçons pendant plusieurs minutes.
- † Mélanger de l'huile végétale à de l'oignon cuit et appliquer en cataplasme (pour les brûlures mineures)
- † En cas de brûlure au premier degré, faire une pâte avec les feuilles de piment (Kani) broyées et appliquer sur la brûlure.

CHUTE DE CHEVEUX

- † Enduire la tête avec de l'eau de citron, laisser pendant 15 minutes puis rincer au champoing, laisser sécher, puis enduire la tête avec de l'huile de habbat sawda (nigelle) au coucher pendant 2 semaines.

- † Faire un mélange d'oignon, de sel, et de poivre et appliquer localement sur la tête.
- † Appliquer 2 fois par jour sur la tête du jus d'oignon
- † Faire une solution de feuilles de patate douce dans de l'eau et appliquer sur le cuir chevelu. (favorise la repousse des cheveux)

CONSTIPATION

- † Boire chaque matin a jeun un sirop composé d'une cuillerée à soupe de miel et une cuillerée à café de jus de citron dans ½ litre d'eau
- † Prendre 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive le soir avant de se coucher, et 1 verre d'eau tiède le matin au lever.
- † Couper du gombo vert (Kandja) en petits morceaux, faire bouillir et boire le liquide obtenu le matin et à midi
- † Prendre à jeun le matin 2 cuillerées à soupe de miel.
- Faire une décoction d'une botte de feuilles de Cassia. italica (Laidour) + des fruits de Tamarindus indica (Dakhaar) + un peu d'eau, boire le décocté. . Dose: un grand verre (environ 150 ml) avant le petit déjeuner . Durée du traitement: 1-3 jours

COR SUR LES PIEDS

- † Appliquer une gousse écrasée ou une rondelle d'ail sur le cor, maintenir avec une bande chaque jour jusqu'à la chute du cor (attention, mettre l'ail

uniquement sur le cor, ne pas dépasser le cor)

- † Placer le pied dans de l'eau tiède pendant 5 minutes puis limer le cor

DOULEURS DENTAIRES

- † Frotter la partie douloureuse avec la chair d'une gousse d'ail jusqu'à ce que la douleur cesse.
- † Placer dans la cavité douloureuse un tampon de coton imbibé de jus d'oignon.
- † Rincez-vous la bouche avec une décoction de clou de girofle (khorompole)
- † Bouillir une cuillerée à café de la graine de nigelle (habbat sawda) dans un ½ verre de vignaire, puis en faire des bains de bouche
- † Piler des feuilles de patate douce et mélanger avec de l'eau chaude, puis faire des bains de bouche.
- † Mâcher du piment pendant quelques minutes (uniquement pour adultes)

DIARRHE

- † Contre la diarrhée des nourrissons, faites infuser 3 oignons coupés dans 1 litre d'eau bouillante pendant 2 heures, et sucrer l'infusion avant de la faire boire par petites quantités.
- † Prendre ½ verre de jus de citron avec ½ cuillerée de café
- † Faire bouillir des carottes lavées dans de l'eau salée. Ecraser et laisser reposer avant de boire. (bébé: quelques cuillerées à café;

Adultes: 1 tasse, 3 fois par jour)

- † Faire bouillir 15 g de feuilles de goyave dans 1 litre d'eau, puis consommer le tout dans la journée.
- Faire une decoction avec 2 c a soupe de poudre de Cochlospermum tinctorium (Fayar) dans 1 litre d eau . Faire bouillir pendant 15 minutes, filtrer et boire 1 verre 3 fois dans la journee

ECZEMA

- † Appliquer de l'huile de habbat sawda (nigelle) sur les parties irritées.
- † Recouvrer la région de carottes râpées chaque soir avant le coucher. Maintenir avec un linge. Garder toute la nuit. A faire chaque soir jusqu'à guérison complète.

FATIGUE

- † Prendre chaque matin un grand verre d'eau avec du jus de citron pressé, le tout sucré au miel.
- † Faire un massage le long de la colonne vertébrale avec une lotion d'ail.
- † Boire un verre de thé avec du jus de citron sucré au miel.
- † Faire du jus avec les gousses vertes d'haricot et boire
- † Prendre quotidiennement et à jeun 1 verre de jus d'orange mélangé à 1 cuillerée à soupe d'huile de nigelle pendant 10 jours.

FIEVRE

- † S'enrouler d'un morceau de tissu aspergé de vignaire.
- † Laver des feuilles de citronnelle, les attacher et les faire bouillir dans 2 litres d'eau, puis boire pendant la journée. (pour adulte)
- † Griller des graines sèches en poudre de gombo et faire bouillir quelques minutes. (Enfants: prendre 1 à 3 cuillerées à soupe / Adultes: prendre plusieurs verres de thé par jour)
- † Faire bouillir de la barbe de maïs (Mbook) pendant 15 minutes dans 1 litre d'eau et boire pendant toute la journée. (pour adulte)

FAIBLESSE SEXUELLE

- † Mettre 4 verres de thé de persil haché dans 1 litre d'eau chaude, puis boire 1 verre, une heure avant de se coucher.
- † Faire un mélange de 30 g de poudre de habbat sawda + ¼ de litre d'huile d'habbat sawda (nigelle) + ¼ de litre d'huile d'olive + ¼ de litre de miel. Prendre 1 cuillerée à soupe matin et soir après les repas.

GRIPPE

- † Préparer et boire de la menthe au citron
- † Boire du tilleul au citron
- † Macérer un gros oignon haché fin dans ½ litre d'eau et boire.
- † Boire un jus fait à partir de miel, de citron et d'oignon crus

HEMORROÏDES

- † Appliquer des cataplasmes d'oignon frais haché pour soulager la douleur.
- † Bouillir des feuilles de citronnelle dans 5 litres d'eau, puis faire un bain de siège pendant 20 minutes. (pour adulte)
- † Prendre 20 g d'ail pour 40 g d'eau. Faire bouillir 30 minutes, filtrer, ajouter le même poids de miel puis prendre 1 cuillerée à soupe le matin a jeun et 1 cuillerée à soupe au coucher pendant 15 jours.
- Piler du basilic, presser du citron dessus et tamiser. Mettre dans une bouteille en verre. Donner a boire 3 cuillerees a cafe par jour.

HYPERTENSION

- † Boire une tisane de feuilles de lauriers au coucher.
- † Boire du jus d'ail.
- † Faire bouillir pendant 15 minutes de la barbe de maïs avec 1 litre d'eau, puis boire le tout durant la journée.
- † Bouillir un gros oignon dans 1 litre d'eau puis boire 2 fois par jour. (adultes)

INSOMNIE

- † Prendre du jus d'oignon
- † Mettre dans ½ verre de lait chaud 1 cuillerée à soupe d'huile d'habbat sawda et 1 cuillerée à soupe de miel puis boire au coucher.
- † Jeter quelques feuilles de menthe dans 1 litre d'eau bouillante. Couvrir et laisser infuser quelques minutes. Prendre 1 tasse le matin et le soir (pour adultes)

- Faire une infusion de Tilleul, 20 grs de fleurs pour 1 litre d eau bouillante. Infuser pendant 5 minutes.

MAL DE DOS

- † Mettre dans de l'huile de habbat sawda chauffée de la poudre de piment ou de poivre noir et enduire le dos.
- † Alterner chaque matin des douches chaudes et des douches froides.
- † Consommer 3 fois par jour 1 cuillerée moyenne d'huile de nigelle

MAL DE GORGE

- † Faire un mélange composé d'1 cuillerée à soupe de miel, d'1 cuillerée à thé de beurre et de 10 gouttes de jus de citron. Manger la pâte obtenue à la petite cuillère.
- † Préparer un sirop en faisant bouillir pendant 5 à 10 minutes 100 g d'oignon haché dans 200 ml d'eau. Filtrer, ajouter 1 cuillerée à soupe de miel et faire mijoter jusqu'à l'obtention d'un sirop épais. Prendre 4 cuillerées à thé par jour.
- † Tremper du coton dans de l'alcool, mélanger avec du poivre et mettre autour du cou.
- † Bouillir 1 cuillerée à café de la graine de nigelle dans ½ verre de vignaire et en faire des bains de bouche.
- † Faire un cataplasme chaud de gingembre puis mettre autour du cou (pour adulte)

MAUVAISE HALEINE

- † Mâcher quelques feuilles de persil cru ou quelques graines de café.
- † Mâcher des feuilles de menthe
- Faites des bains de bouche avec de la cannelle mélangée à du miel

MIGRAINE

- † Faites des compresses de jus de citron ou mettre des tranches de citron sur les tempes.
- † Appliquer des compresses d'oignons crus sur le front.
- † Mettre des feuilles de menthe dans 1 litre d'eau bouillante. Couvrir et laisser infuser quelques minutes. Prendre une tasse matin et soir.

MOUSTIQUES

- † Placer un oignon coupé en 2 à coté du lit pour éloigner les moustiques.
- † Placer des feuilles de citronnelle dans la chambre.
- † Placer des feuilles de neem dans la chambre.

NEZ BOUCHE

- † Faites des lavages très réguliers de nez avec de l'eau fortement salée.
- † Respirer profondément un mouchoir imbibé d'eau chaude avant de dormir.
- † Couper et mettre dans une soucoupe la moitié d'un oignon, puis mettre à coté du lit. Cela dégage le nez et permet de bien respirer pendant le sommeil.
- † Respirer profondément une gousse d'ail écrasée.

- † Respirer pendant 15 minutes avant de vous coucher de la vapeur d'eau chaude.
- † Mettre dans un verre d'eau 3 à 4 gouttes d'essence d'eucalyptus et placer dans la chambre.

OTITE

- † Pour prévenir des otites, verser quelques gouttes de citron dans l'oreille 2 à 3 fois par semaine.
- † Masser la tempe et la nuque avec de la graine de nigelle.
- † Mettre quelques gouttes d'huile de nigelle bien filtrée dans l'oreille.
- † Tremper 1 gousse d'ail hachée finement dans de l'huile d'olive et garder au réfrigérateur. Mettre 1 à 2 goutte de l'huile dans l'oreille. (ne pas verser de morceaux d'ail dans l'oreille, seulement l'huile)

PANARIS

- † Faire cuire des bulbes d'oignon, les écraser en purée et appliquer matin et soir en cataplasme.
- † Mettre le doigt dans le trou d'un citron chauffé.
- † Entourer le doigt avec 1 pellicule d'oignon.

PIQÛRES D'INSECTES

- † Couper une tranche de citron et frotter sur la piqûre.
- † Appliquer des pommes de terre râpées sur la piqûre pendant toute la nuit.
- † Bouillir des feuilles d'igname pendant quelques

minutes, mélanger dans l'eau du bain et se laver avec.

- † Appliquer du suc frais de persil ou une simple feuille de persil écrasée dans les doigts sur la piqûre.
- † Eplucher une gousse d'ail, couper la en deux et appliquer sur la piqûre pendant quelques minutes.
- † Appliquer sur la piqûre du jus d'oignon puis frotter pendant 1 à 2 minutes.

RHUME

- † Inhaler 10 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus qui auront bouilli dans 1 litre d'eau 5 à 10 minutes une plusieurs fois par jour. (L'eau doit être bien chaude)
- † Respirer profondément une gousse d'ail écrasée.
- † Bouillir des feuilles de menthe dans du lait et boire au coucher.
- † Inhaler de l'eau salée chaude.
- † Bouillir pendant 5 à 10 minutes 100 g d'oignon haché dans 200 ml d'eau, filtrer, ajouter 1 cuillerée à soupe de miel et faire mijoter jusqu'à l'obtention d'un sirop épais. Prendre 4 à 6 cuillerées à thé par jour.

RHUMATISMES

- † Boire tous les matins 1 jus de citron pressé.
- † Mélanger des feuilles de chou cru, découpé, écrasé avec de l'argile, en faire une pâte et l'appliquer sur les articulations douloureuses.
- † Faire une infusion de 20 g de feuilles de tilleul dans 1 litre d'eau bouillante, à

infuser pendant 10 minutes. Puis prendre 3 tasses par jour pendant 3 semaines.

- † Préparer un mélange d'ail pilé avec de l'huile d'olive et frotter l'articulation douloureuse.
- † Appliquer du jus de pomme de terre sur les parties douloureuses.
- † Faire un massage de la partie douloureuse avec de la poudre de piment.

SAIGNEMENT DE NEZ

- † Utiliser un tampon de coton imbibé de jus de citron.
- † Faire des inhalations d'oignon fraîchement coupé et en aspirer le jus de temps en temps.
- † Brûler et réduire en poudre des coquilles d'œuf puis renifler la cendre obtenue.

TOUX

- † Avec 4 cuillers à soupe de miel de lavande faites une préparation en y incorporant une gousse d'ail hachée, une rondelle d'oignon hachée, un radis coupé en morceaux. Laisser reposer 4 à 5 heures puis ajouter quelques gouttes de citron et buvez ce sirop.
- † Prendre un mélange de gingembre et de miel 3 fois par jour.
- † Boire une tisane bien chaude composée d'eau, de citron et d'1 cuillère à café de miel.
- † Boire un verre de lait chaud + 1 cuillerée à soupe de miel.

- † Prendre du jus d'ail avec du miel matin et soir.
- † Prendre 5 gousses d'ail, les piler et mélanger à 1 litre d'eau. Faire bouillir jusqu'à obtenir la moitié du liquide. Boire. (enfants de moins de 3 ans: 1 cuillerée à café toutes les 3 heures. / Enfants de plus de 3 ans: 1 cuillerée à soupe toutes les 3 heures.)

ULCERE GASTRO DUODENAL

- † Broyer ou piler des feuilles de manioc, ajouter de l'eau puis boire.
- † Boire du lait chaud (1 tasse toutes les heures durant une semaine)
- † Manger des bananes

VERS INTESTINAUX

- † Pour combattre toutes les espèces de vers intestinaux, manger chaque matin a jeun de l'ail.
- † Pour lutter contre les oxyures, boire le matin a jeun du jus de citron.
- † Prendre 60 g de carottes cuites dans la journée dont 30 g a jeun, pendant 21 jours. (pour adulte)
- † Contre les oxyures, prendre des pépins broyés de citron avec du miel chaque matin a jeun.

Acacia Nilotica L.

. Indications thérapeutiques: Ulcère gastrique

. Mode de préparation traditionnelle:

Pulvériser quelques écorces de tronc, faire une décoction de la poudre et boire ou mettre la poudre dans le café ou dans la bouillie et boire .

. Dose: enfant: 1 cuillerée à café de poudre dans le café ou dans la bouillie ou ½ verre (environ 35 ml) de décocté 2 fois par jour.

Adulte: 1 cuillerée à soupe de poudre dans le café ou dans la bouillie ou 1 à 2 verres (Environ 70-140 ml) de décocté 2 fois/jour.

. Durée du traitement: 2 à 3 semaines

Azadirachta indica A.

. Indications thérapeutiques: Paludisme, ictère

Mode de préparation traditionnelle:

décoction d'une botte de feuilles + citron + une quantité convenable d' eau, boire le décocté.

. Dose enfant: 1 louchée (environ 100 ml) 2 fois /jour

Adulte: 1 petite calebasse (environ 500 ml) 2 fois /jour

. Durée du traitement: 3-4 jours

. Effets secondaires: diarrhées, vomissements

. Antidotes: ajouter du sucre ou du miel au décocté ou bien boire le décocté d'une botte de feuilles de Guiera Senegalensis + une botte de feuilles de Prosopis Africana



- Balanites aegyptiaca L.

. Indications thérapeutiques: Douleurs abdominales

. Mode de préparation traditionnelle:

Décoction de quelques racines de Balanites aegyptiaca + un peu d'eau, boire le décocté.

. Dose enfant: un demi verre (environ 35 ml) 2 fois par jour

Adulte: un verre (environ 70 ml) 2 fois par jour

. Durée du traitement: 1 à 2 jours

. Effets secondaires: salivation

. Antidotes: associer le citron au traitement.



Cassia italica Mill.

. Indications thérapeutiques: Constipation

. Mode de préparation traditionnelle:

Décoction d'une botte de feuilles de C. italica + fruits de Tamarindus indica + un peu d'eau, boire le décocté.

. Dose: un grand verre (environ 150 ml) avant le petit déjeuner

. Durée du traitement: 1-3 jours

. Effets secondaires: diarrhées

. Antidote: boire le décocté de poudre de racines de Cochlospermum tinctorium

Cassia nigricans

. Indications thérapeutiques: Paludisme

. Mode de préparation traditionnelle:

Décoction de 3 bottes de feuilles + miel + quelques litres d'eau, boire le filtrat, se laver avec le décocté sans miel.

. Dose enfant: ½ verre (environ 35 ml) 2 fois / jour

Adulte: une petite calebasse (environ 500 ml) 2 fois / jour

. Durée du traitement: 3-4 jours



Cassia Sieberiana DC

- Indications thérapeutiques: Douleurs abdominales, paludisme

- Mode de préparation traditionnelle:

faire une décoction d'une botte de racines de Cassia Sieberiana, d'une botte de racines de Nauclea latifolia et d'une botte de racines de Afrormosia laxiflora + une calebasse moyenne d'eau (environ 4 litres).

Mettre du miel dans cette recette et boire; ou faire une macération des racines de C. Sieberiana + miel pendant 24 h, filtrer le macéré et boire.

- Dose: une louchée (environ 100 ml) 2 fois par jour (paludisme, douleurs abdominales)

- Durée du traitement: paludisme: 3 jours (homme), 4 jours (femme)

Douleurs abdominales (1 jour)

- Cissus quadrangularis L.

- Indications thérapeutiques: Gonococcie

- Mode de préparation traditionnelle:

faire bouillir quelques rameaux feuillés de Cissus quadrangularis + une botte de feuilles de Schwenckia americana + un morceau de fruits de Tamarindus indica + 2-3 pots d'eau (environ 2-3 litres). Boire le décocté.

- Dose : Adulte: une grande louchée (environ 100 ml) 3 fois par jour

- Durée du traitement: gonococcie: une semaine

- Effets secondaires: légères douleurs abdominales – Antidote: boire le macéré de poudre de Cassia Sieberiana

Cochlospermum tinctorium A.

-Indications thérapeutiques: Ictère, paludisme, douleurs abdominales, constipation

- Mode de préparation traditionnelle:

Pulvériser les racines, mettre la poudre dans une quantité d'eau tiède et boire. Pour la constipation, mettre la poudre dans la bouillie ou dans le café et boire.

- Dose enfant: 1 cuillerée à café de poudre dans un verre d'eau tiède 3 fois par jour.

Adulte: 1 cuillerée à soupe de poudre dans un grand verre d'eau tiède 3 fois par jour.

- Durée du traitement: douleurs abdominales: 1 jour

Paludisme, ictère, constipation: 3-4 jours

Crossopteryx febrifuga

- Indications thérapeutiques: Toux

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire une décoction d'une botte de feuilles ou de racines de C. febrifuga + une botte de fibres de Pteleopsis suberosa + une calebasse moyenne d'eau (environ 4 litres), boire le décocté.

- Dose: enfant: 1 louchée (environ 100 ml) 2 fois / jour

Adulte: 2 louchées (environ 200 ml) 3 fois/ jour

- Durée du traitement: 4-7 jours



Daniella Oliveri

- Indications thérapeutiques: Migraine

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire la décoction de 3 ou 4 bottes de feuilles de D.

Oliveri dans 1 canari plein d’ eau (environ 3 - 4,5 litres), mettre le savon à base de beurre de karité à la tête et le laver avec le décocté.

- Dose: un bain de tête 2 fois par jour

- Durée du traitement : 1 à 3 jours

- Indications thérapeutiques: Douleurs abdominales des femmes

- Mode de préparation traditionnelle:

faire une décoction de 9 bottes de feuilles de D. Oliveri + beaucoup d’eau. Donner le décocté à boire au malade, faire un massage avec chaque botte jusqu’ au neuvième jour du traitement, se laver aussi avec le décocté.

- Dose: ½ verre (environ 35 ml) en administration per os par jour.

- Durée du traitement: 9 jours



Guiera Senegalensis J. F.

- Indications thérapeutiques: Dysenterie

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire une Décoction de 2 bottes de feuilles de G. Senegalensis + 1 botte de feuilles de Euphorbia Hirta + un petit seau d’eau (environ 3-4 litres), se laver et boire le décocté.

- Dose : 2 verres (environ 140 ml) 2 fois /jour

- Durée du traitement : 3-4 jours



Khaya senegalensis A.

- Indications thérapeutiques: Paludisme, douleurs abdominales

- Mode de préparation traditionnelle:

Pulvériser quelques écorces de tronc ou de racines, mettre la poudre dans l'eau tiède et boire; ou faire une macération des racines + miel + 2-3 pots d'eau (environ 2-3 litres) et donner à boire au malade.

- Dose enfant: 1 cuillerée à soupe (environ 15 ml) 3 fois /jour

Adulte: 1 verre (environ 70 ml) 3 fois / jour

- Durée du traitement: douleurs abdominales: 1 jour

Paludisme: 3 jours



Leptadenia hastata

- Indications thérapeutiques: Rétention urinaire

- Mode de préparation traditionnelle: décoction d'une botte de feuilles de Leptadenia hastata + quelques litres d'eau, boire le décocté

- Dose: un verre (environ 70 ml) 2 fois par jour

- Durée du traitement: jusqu'à guérison complète

Ocimum basilicum L.

- Indications thérapeutiques: Vers intestinaux

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire une décoction d'une à deux bottes de feuilles de Ocimum basilicum, et boire le décocté.

- Dose enfant: 1 demi verre (environ 35 ml) 3 fois par jour après les principaux repas

Adulte: un verre (environ 70 ml) 3 fois par jour après les principaux repas.

Durée du traitement: une semaine

- Effets secondaires: salivations intenses, vomissements

- Antidote: associer un morceau de fruits de Tamarindus indica au traitement



- Sclerocarya birrea A.

- Indications thérapeutiques: Toux, anémie

- Mode de préparation traditionnelle:

Boire le décocté de quelques écorces de tronc de S. birrea

- Dose: anémie: 1 verre 3 fois par jour après les principaux repas.

Toux : 1 verre (environ 70 ml) 3 fois par jour

- Durée du traitement: quelques jours

Securidaca longepedunculata Fres.

- Indications thérapeutiques: Varicelle

-Mode de préparation traditionnelle:

Faire une décoction d'une botte de racines de S. longepedunculata + celle de Gardenia ternifolia + celle de Lophira lanceolata + une puisette d'eau (environ 3- 4 litres). Se laver avec le décocté et en boire. ou mettre la poudre de S. longepedunculata dans du beurre de karité pour l'appliquer sur le corps.

- Dose: 1 quantité suffisante 2 fois /jour

1 application matin et soir après un bain

- Durée du traitement: 1 semaine

- Indications thérapeutiques: Dermatoses, épilepsie

-Mode de préparation traditionnelle:

La poudre de racine de S. Longepedunculata est utilisée en infusion, boire une petite quantité et se laver avec le reste de l'infuser.

- Dose: 1 verre (environ 70 ml) 2 fois /jour

1 bain corporel 2 fois /jour

- Durée du traitement: dermatoses: 3-7 jours

Épilepsie: 1-2 mois

- Indications thérapeutiques: Onchocercose

-Mode de préparation traditionnelle:

Le décocté de quelques bottes de racines de S. Longepedunculata est utilisé en bain corporel. Après le troisième jour du traitement commencer l'administration orale.

- Dose enfant: ½ verre (environ 35 ml) 2 fois /jour

Adulte: 1verre (environ 70 ml) 2 fois /jour

- Durée du traitement: 1-2 semaines

- Indications thérapeutiques: Migraine

-Mode de préparation traditionnelle:

Inspirer la poudre ou mettre un peu de poudre de S. Longepedunculata dans le feu et faire une fumigation.

- Dose: 1 pincée à 2 doigts de poudre en inspiration 2 fois /jour

- Durée du traitement: 1-2 jours



Securinega virosa

- Indications thérapeutiques: Dentition, paludisme des enfants

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire la décoction de trois bottes (garçon) ou quatre

bottes (fille) de feuilles de Securinega virosa + 3- 4 litres d'eau. Donner le décocté à boire au malade et le laver.

- Dose: une petite louchée (environ 75 ml) 3 fois par jour un bain corporel par jour

- Durée du traitement: 7 jours

- Effets secondaires: légères diarrhées

Solanum incanum L.

- Indications thérapeutiques: Mauvais sort

- Mode de préparation traditionnelle:

Pulvériser 2 bottes de feuilles de S. incanum + 1 botte de gui de Ximenia americana. Mettre la poudre dans l'eau tiède, faire un bain de bouche et un bain corporel avec le filtrat.

- Dose: 1 bain corporel /jour

1 bain de bouche /jour

- Durée du traitement: 7 jours

Mr Ibrahima INOUSSA Chercheur en Médecine et en Pharmacopée Africaine



Ximenia americana L.

- Indications thérapeutiques: Bilharziose

- Mode de préparation traditionnelle:

décoction de quelques racines de Ximenia Americana + celles de Detarium Microcarpum + quelques litres d'eau, donner à boire au malade le décocté.

Dose enfant: 1verre (environ 70 ml) 3 fois / jour

Adulte: 1 bol (environ 375 ml) 3 fois/ jour

- Durée du traitement: 3- 4 jours

- Indications thérapeutiques: Dentition, angine de gorge

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire une décoction d'une botte de feuilles dans une tasse d'eau (environ 2-3 litres), pour

Les maladies liées à la dentition donner à boire à l'enfant et le laver avec le décocté. Pour l'angine, faire un bain de vapeur au niveau de la bouche.

- Dose: Dentition: 1 pommée (environ 25 ml) 3 fois / jour

Angine: un bain de vapeur 2 fois /jour

Acacia Nilotica L.

- Indications thérapeutiques: Gingivites

- Mode de préparation traditionnelle:

Brûler des graines d'acacia nilotica, écraser les et appliquer sur les gencives.

- Dose: 1 application matin et soir



Mangifera Indica

- Indications thérapeutiques: Hemorroîdes

- Mode de préparation traditionnelle:

Piler des écorces de Mangifera indica, et de Newbouldia laevis, délayer dans 4 litres. d'eau, et faire 1 bain de siège, 2 fois / Jour.

- Indications thérapeutiques: Douleurs abdominales durant les règles

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire une décoction de 2 noyaux de mangues dans 1/2 litre d'eau et boire

- Dose: 1 verre. (environ 70 ml) 2 à 3 fois / Jour


Hymenocardia Acida

- Indications thérapeutiques: Mauvais sorts

- Mode de préparation traditionnelle:

Piler des racines de Hymenocardia Acida, tamiser et boire avec du thé

- Dose: 1 pincée de deux doigts de la poudre dans du thé, le soir au coucher.


Cacia Alata

- Indications thérapeutiques: Diabète

- Mode de préparation traditionnelle:

Faites macérer 50 gr. de feuilles dans 1,5 litre d'eau pendant 10h, puis boire.

- Dose: 1 verre matin, midi, soir pendant 7 jours.

Contrôler la glycémie


Gardenia Ternifolia

- Indications thérapeutiques: Diabète

- Mode de préparation traditionnelle:

Faites une décoction avec 1 botte de racines de Gardenia Ternifolia dans 2 litres d'eau et boire.

- Dose: enfants, 1 cuillère à café ; adultes, 1 cuillère à soupe. 1 fois / Jour.

Contrôler la glycémie



Cajanus Cajan

- Indications thérapeutiques: Ejaculation précoce

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire une décoction de poudre de racines et feuilles de Cajanus Cajan, et boire.

- Dose: 1 verre, matin et soir jusqu'à amélioration.



Aloe Vera

- Indications thérapeutiques: Constipation

- Mode de préparation traditionnelle:

Prendre l'équivalent d'une 1/2 feuille. Enlever les piquants et la peau.
Couper en petits morceaux. Mettre dans 1 litre d'eau froide et porter à ébullition pendant 20 minutes. Couvrir. Laisser refroidir et filtrer.

- Dose: Boire 1 tasse le soir pour obtenir une action le lendemain matin



Holarrhena Floribunda

- Indications thérapeutiques: Trichomonas

- Mode de préparation traditionnelle:

Faire bouillir 35 g d'écorce de tronc dans 1 litre d'eau.
Filtrer et effectuer une toilette intime 2 fois par jour.



Cola Nitida

- Indications thérapeutiques: Fatigue Générale

- Mode de préparation traditionnelle:

Mettre 1 g à 2 g de poudre dans 150 ml d'eau bouillante et laisser infuser pendant 5 à 10 minutes. Boire une à trois tasses par jour.

Mangifera Indica

- Indications thérapeutiques: Diarrhée

- Mode de préparation traditionnelle:

Jeter 30g de feuilles ou d'écorces dans 1litre d'eau bouillante.
Couvrir. Laisser infuser 10 minutes, filtrer et boire.

- Dose: 3 tasses chaudes par 24 heures en dehors des repas

Psidium Guajava

- Indications thérapeutiques: Diarrhée et dysenterie amibienne

- Mode de préparation traditionnelle:

Utiliser une poignée de feuilles pour faire une décoction avec 1 litre d'eau. Filtrer, ajouter 4 cuillerées à soupe de miel ou 2 cuillerées à Soupe bien pleines de sucre et une cuillerée à café rase de sel.

- Dose: Boire en une journée.

- Indications thérapeutiques: Diabète et Toux

- Mode de préparation traditionnelle:

Utiliser une poignée de feuilles pour faire une décoction avec 1 litre d'eau. Filtrer

- Dose: Boire le tout en une journée.

Carica Papaya

- Indications thérapeutiques: Vers intestinaux

- Mode de préparation traditionnelle:

Pour obtenir du latex, laver un gros fruit de papaye pas encore mûr qu'on vient de cueillir sur l'arbre et faire plusieurs coupures verticales d'un millimètre de profondeur dans la peau du fruit pour récolter la sève blanche dans une cuillère ou une tasse propre. Le couteau et la cuillère utilisés doivent être en acier inoxydable car des traces de rouille détruisent le produit chimique actif, la papaïne. Faire attention de ne pas approcher le latex des yeux.

- Dose: Pour les adultes, 4 cuillères à café de latex le matin à jeun. A Reprendre une semaine plus tard.

Pour les bébés de 6 mois à1an:
1/2 cuillère à café,

De1 à 3ans:
1 cuillère à café,

De 4 à 6ans:
2 cuillères à café

et de 7 à 13 ans:
3 cuillères à café.

Nicotiana Tabacum

- Indications thérapeutiques: Les Poux

- Mode de préparation traditionnelle:

Faites bouillir les feuilles fraîches et laver la tête 2 ou 3 fois par jour avec ce liquide

Allium Sativum

- Indications thérapeutiques: Bronchite, Coqueluche, Toux

- Mode de préparation traditionnelle:

Prendre 5 gousses d'ail. Les piller et mélanger à un litre d'eau. Faire bouillir jusqu'à obtenir la moitié du liquide

- Dose: Enfant de moins de 3 ans : 1 cuillère à café toutes les 3 heures.
Enfant de plus de 3 ans : 1 cuillère à soupe toutes les 3 heuresAZOSPERMIE Remedes traditionnels Africains



- Boire une potion composée de miel, de sel gemme broyé et de gousses de tamarindus indica. Filtrer d'abord avant de boire.

- Boire chaque jour un blanc d œuf bien battu.

- Cuire dans du beurre de vache un jaune d'œuf.

- Mangez chaque matin une omelette trempée dans du miel frais.

- Absorbez dans un bouillon de viande des racines vertes d'Acacia albida pulvérisées.

REMEDES EJACULATION PRECOCE

Boire une décoction de poudre de racines et feuilles de CAJANUS CAJAN ; 1 tasse, matin et soir jusqu' à amélioration.

Mélangez un demi litre de miel, un quart de litre d'huile de la graine de nigelle, un quart de litre d'huile d'olive, 30g de la poudre de graine de nigelle : en boire une cuillère à soupe après chacune des trois repas.

Recettes aphrodisiaques stimulants

Des boissons et des plats à préparer pour sublimer votre tête-à-tête amoureux

Ajouter une étincelle d'amour en préparant un apéritif ou un plat aphrodisiaque pour une nuit torride entre amoureux.

Vivez une soirée inoubliable, pleine de charme et de passion.

Les composants des cocktails et plats proposés ci-après sont entièrement naturels et typiquement Africains.

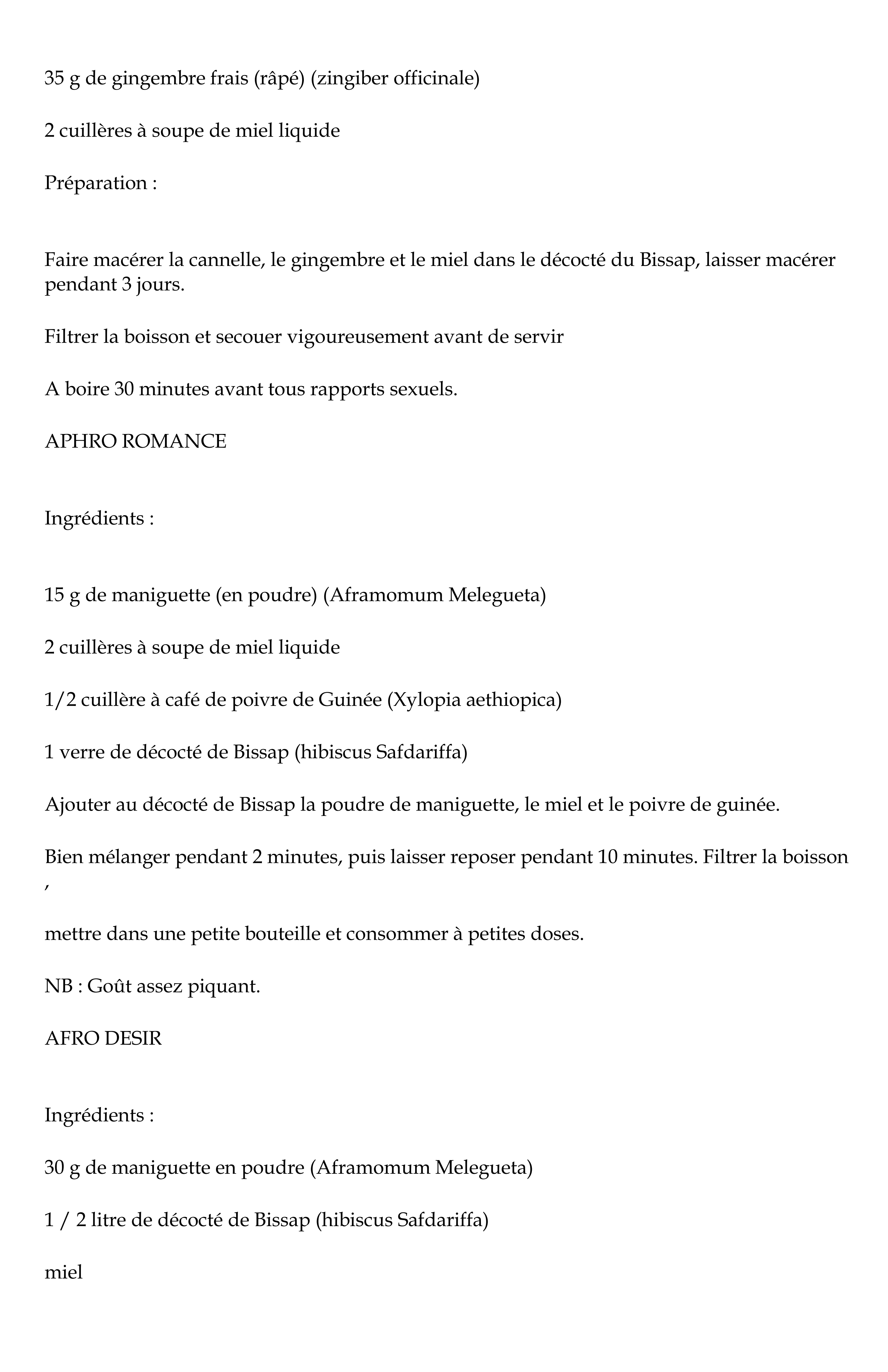
Vous pourriez trouver d'ailleurs facilement ces plantes chez les herboristes africains.

AFRO LOVE

Ingrédients :

50 cl de décoction de Bissap frais (hibiscus Safdariffa)

25 g de cannelle (en poudre) (cinnamomum zeylanicum



35 g de gingembre frais (râpé) (zingiber officinale)

2 cuillères à soupe de miel liquide

Préparation :

Faire macérer la cannelle, le gingembre et le miel dans le décocté du Bissap, laisser macérer pendant 3 jours.

Filtrer la boisson et secouer vigoureusement avant de servir

A boire 30 minutes avant tous rapports sexuels.

APHRO ROMANCE

Ingrédients :

15 g de maniguette (en poudre) (Aframomum Melegueta)

2 cuillères à soupe de miel liquide

1/2 cuillère à café de poivre de Guinée (Xylopia aethiopica)

1 verre de décocté de Bissap (hibiscus Safdariffa)

Ajouter au décocté de Bissap la poudre de maniguette, le miel et le poivre de guinée.

Bien mélanger pendant 2 minutes, puis laisser reposer pendant 10 minutes. Filtrer la boisson
,

mettre dans une petite bouteille et consommer à petites doses.

NB : Goût assez piquant.

AFRO DESIR

Ingrédients :

30 g de maniguette en poudre (Aframomum Melegueta)

1 / 2 litre de décocté de Bissap (hibiscus Safdariffa)

miel

Préparation :

Mettre la poudre de maniguette à macérer dans 1/2 litre de décocté de Bissap, dans un endroit sombre, à température ambiante, pendant 6 jours.Filtrer la préparation, ajouter 4 cuillères à soupe de miel et mélanger longuement.
Verser dans une bouteille, fermer hermétiquement et boire 1 verre, une heure avant tout effort sexuel.

APHRO CHAUD

½ cuillère à café de poivre de Guinée (Xylopia aethiopica)
½ cuillère à café de gingembre en poudre (zingiber officinale)
20 cl de jus de Bissap (hibiscus safdariffa)

Chauffer les ingrédients. Laisser refroidir , filtrer et boire 1 verre, 1 heure avant votre nuit chaude d'amour.

AFRICA DELIVRANCE

1/3 de jus de citrons
2/3 de Bissap blanc (décoction)
1 cuillère à soupe de miel

Au shaker avec de la glace et servir!

JUS DE CITRON AU GINGEMBRE

Nombre de personnes : 2

Temps de préparation : 15 mn

Temps de repos : 2 heures au réfrigérateur

Ingrédients

4 citrons

100 g de sucre en poudre

1 c. à café d'Aframomum melegueta

2 gingembres frais

1 botte de citronnelle

Recette

Pilez les gingembres et les feuilles de citronnelle.

Pressez les citrons et mélangez-les aux gingembres, aux feuilles de citronnelle et à la poudre de melegueta.

Tamisez le jus avant d’ajouter le sucre.

Faites rafraîchir 2 heures au frais avant de déguster.

NB : Excitation sexuelle garantie